LE MAGAZINE DE LA RESTAURATION JAPONAISE N°58 - printemps 2019

WASABI

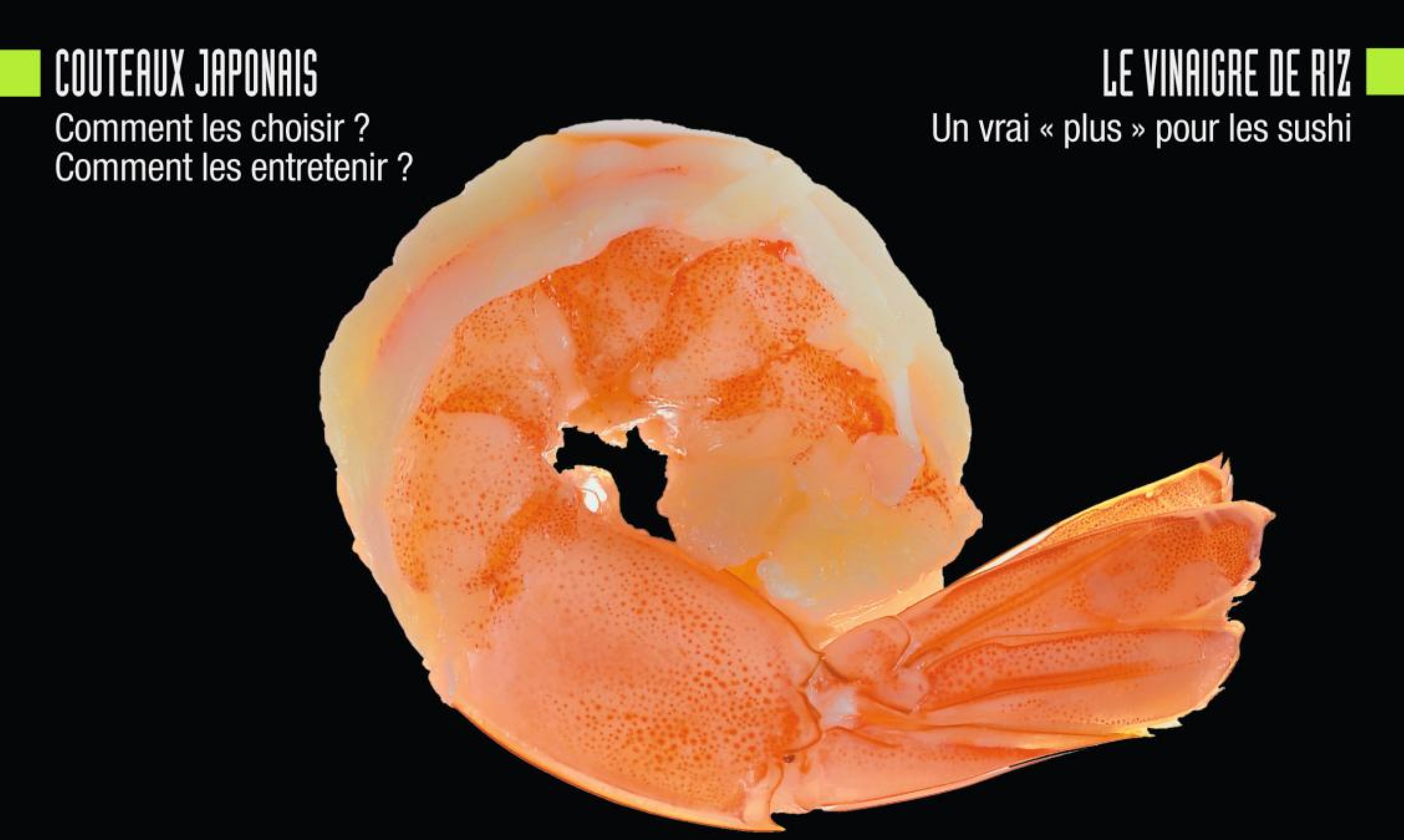
www.wasabi.fr

COUTEAUX JAPONAIS

Comment les choisir ?
Comment les entretenir ?

LE VINAIGRE DE RIZ

Un vrai « plus » pour les sushi



dossier

NON, CONGELER N'EST PAS UN CRIME !

Nouvelles techniques et respect du goût

Le groupe Mizkan produit d'authentiques sauces et vinaigres japonais depuis plus de 200 ans. Au début des années 1800, le fondateur de Mizkan a réussi à développer un vinaigre à partir de lies de saké (un sous-produit issu du brassage de saké japonais) et commença à le distribuer dans les restaurants de sushis de tout Edo (l'ancien Tokyo). Aujourd'hui, le groupe Mizkan est le premier fabricant d'assaisonnements pour sushis dans le monde.

















Froid devant !

Dites-moi, votre poisson, il est frais ou congelé ? Cette simple question, si souvent posée aux restaurateurs (et notamment de sushi) laisse clairement entendre qu'un poisson qui a été congelé est, d'avance, disqualifié et qu'il ne peut en aucun cas rivaliser avec le frais. Est-ce toujours vrai ? Nous tentons, dans le dossier de ce nouveau numéro de Wasabi, d'apporter la réponse. Ou plutôt LES réponses car en matière de congélation, rien n'est simple. Tout d'abord, il faut savoir que la législation européenne impose une congélation d'au moins 24h à tout établissement servant du poisson cru. Ceci pour éviter les problèmes liés aux parasites qui infectent souvent les poissons. Tout restaurant qui ne se plie pas à cette règle est donc dans l'illégalité même si, dans les faits, nombre de sushiya de qualité refusent purement et simplement de congeler leur poisson.
Pourtant, congélation ne signifie pas automatiquement perte de goût. Certains produits comme les crevettes, la Saint-Jacques ou encore les oursins supportent très bien d'être conservés à -20° et bien malin celui qui peut faire la différence avec le produit frais. Par ailleurs, depuis son invention dans les années 1930, la congélation a fait d'énormes progrès notamment avec l'apparition de la surgélation qui permet une descente en température ultra-rapide (moins d'une heure pour congeler un produit à cœur). Plus récente encore, la technique appelée CAS (Cell Alive System) couple la congélation cryogénique avec un faible champ électromagnétique. C'est la Rolls des surgélateurs ! Congelés à l'aide de cette technique, les aliments peuvent être conservés plusieurs années sans la moindre perte de goût… En France seule la société Qwehli utilise cette technologie.
Fidèles à notre engagement de vous apporter toutes les informations susceptibles de vous aider dans votre activité de restaurateur, nous vous proposons, dans ce même numéro, un article qui tranche : les couteaux japonais et leur entretien ainsi qu'un reportage sur le vinaigre de riz dont on sous-estime trop souvent l'importance dans le goût du sushi.
Pour une information régulière sur l'univers de la gastronomie japonaise, nous vous suggérons de vous abonner à notre page Facebook : Wasabi, le goût du Japon.

- COUVERTURE : PIXTA
- RÉDACTION : JULIANNE **DIVIN**, TINKA **KEMPTNER**, PATRICK **MANASSON**, CHIHIRO **MASUI**, CAMILLE **OGER**, BRIGITTE **PERRIN**, RYOKO **SEKIGUCHI**, JEAN-LUC **TOULA-BREYSSE.**
- CONSEILLÈRE ÉDITORIALE : DR KATHY **BONAN** (NUTRITION)
- CONCEPTION VISUELLE : CYRILLE **MORILLON**
- PUBLICITÉ : **01 42 08 50 47**
- IMPRESSION : **Groupe-Morault**
- DIRECTEUR DE LA PUBLICATION : PATRICK **DUVAL**

WASABI EST UNE PUBLICATION JB MOGADOR,
119 BIS RUE CARDINET, 75017 PARIS. TÉL : 01 42 08 50 47
MAIL : **wasabi@wasabi.fr**
SITE INTERNET **: www.wasabi.fr**
ISSN : 1767-6142
Page Facebook : wasabi, le goût du Japon

SOMMAIRE









Les chefs français s'emparent de

C'est désormais une chose entendue, les Japonais sont les seuls à pouvoir produire une cuisine authentiquement nipponne. A l'exemple de Joël Robuchon qui avait fait venir du Japon un chef sushi pour son Yoshi à Monaco, Cyril Lignac et, plus récemment, Yannick Alléno ont également ouvert leur sushi bar à Paris. Une façon d'affirmer leur passion pour ce pays et sa cuisine mais aussi, peut-être, une nouvelle tendance qui pourrait sortir les sushi de l'anonymat (les chefs sushi répugnant généralement à se mettre en avant) et ouvrir la voie à des sushi « revisités » et valorisés par les étoiles de leur propriétaire…



Des sushi du Sud-Ouest ?

Un long bar de marbre et des sushi de facture classique.



Un bar à sushi ouvert par un chef français qui prétend y apporter sa note du Sud-ouest... C'est, en gros, ce qu'on nous promet sur le site du Bar des prés où, dans la rubrique "Le chef" on trouve un portrait de... Cyril Lignac !

L'univers proposé par "Le chef préféré des Français" (toujours selon le site) est celui d'un joli bar de marbre le long duquel les clients s'installent face aux cuisiniers qu'ils peuvent observer à loisir (il y a aussi quelques tables mais vous raterez tout le spectacle). Derrière le comptoir : deux chefs japonais expérimentés (il suffit de les voir manier le couteau pour s'en assurer) préparent à toute vitesse des sushi ou des maki de facture classique à base d'*otoro*, d'oursin, de sériole ou de thon "spicy" les déposant eux-mêmes devant le client. Tout est frais, bien assaisonné dans le style nikkei (nippo péruvien) cher à Nobu et accompagné d'un riz parfaitement cuit à la japonaise et discrètement vinaigré. Une vraie fête des papilles ! Quant aux goûts censés (selon le site internet) évoquer les "racines du chef", nous ne les avons pas trouvés sur la carte et c'est sans doute tant mieux. Compter environ 85 € pour un déjeuner arrosé de… Chateldon !

Le Bar des prés, 25 rue du Dragon Paris 6e. http://www.lebardespres.com

la cuisine japonaise

Des abysses au sommet



L'abysse : des sushi brillants et colorés comme un collier de perles.

Le nom choisi par Yannick Alléno pour son bar à sushi installé dans l'ancien bar de bienvenue de Ledoyen évoque les grands fonds marins mais c'est le sommet de la qualité que vise le triple étoilé Michelin (il a d'ailleurs obtenu une première étoile pour L'Abysse après seulement 6 mois d'existence). Pour cela, il a fait appel à Yasunari Okazaki, jeune chef de cuisine *kaiseki* qui a appris l'art du sushi chez Yui à Ginza. Installé derrière un magnifique comptoir en cyprès du Japon, le chef Okazaki travaille en parfaite harmonie avec les équipes du « gastro » à qui il délègue certaines préparations hors sushi comme les petites entrées ou les desserts. On pourrait l'observer pendant des heures façonner ses sushi à base de poissons nobles comme le *otoro*, le bar tué en *ike-jime* ou encore le rouget… Son geste de découpe du poisson est rapide et précis tout comme sa façon de se saisir d'une boulette de riz et de faire surgir, comme par magie, des kyrielles de sushi aussi colorés et brillants qu'un collier de perles…



Voici comment, sous une photo des deux chefs, le site de Ledoyen présente les choses :
« En laissant son restaurant aux mains habiles de Yasunari Okazaki, Yannick Alléno s'efface devant l'inouïe complexité de la petite portion, réclamant à la fois l'incommensurable précision du geste et l'absolue compréhension de la cuisson du temps. »
Evidemment, malgré l'effacement du chef Alléno, cette excellence à un prix : comptez au minimum 98 € pour un menu déjeuner et jusqu'à 280 euros si vous vous laissez tenter par le menu *omakasé*.

L'Abysse, Pavillon Ledoyen, 8, avenue Dutuit, Paris 8e.

Non, congeler

On estime que 50 % au moins de notre nourriture a subi un traitement frigorifique. Technologies, transformation des saveurs et considérations juridiques, Wasabi répond aux questions qui vous brûlent les lèvres.

Par Julianne ***Divin***

Pourquoi le froid conserve-t-il nos aliments ? Les faibles températures exercent une double influence sur les produits alimentaires : un premier effet thermique qui abaisse la vitesse de réaction biologique, donc le développement du métabolisme des micro organismes ainsi que les réactions biochimiques et enzymatiques.

Un second effet est lié uniquement à l'abaissement de l'activité de l'eau dont la cristallisation bloque toute réaction chimique, biologique et enzymatique et permet une conservation longue des aliments. Pour rappel, voici trois températures clés :

• + 3 °C : fin des risques dus aux bactéries pathogènes et toxinogènes,

• - 10 °C : arrêt de toute multiplication bactérienne,

• - 18 °C : arrêt de toute multiplication microbienne (y compris levures et moisissures).

L'ultra basse température

Il est connu que la couleur de la chair de certaines espèces évolue au cours de leur conservation à l'état réfrigéré ou congelé. C'est le



Crevettes congelées prêtes à poser pour les sushi.

n’est pas un crime !





Congélation des viandes : attention à la formation de cristaux.

cas par exemple de la chair du thon albacore. Quand le filet de thon est découpé, l'oxygène est absorbé et réagit avec la myoglobine pour former un pigment rouge brillant (oxymyoglobine) qui confère au produit une couleur rouge attrayante. Mais après une période de stockage, la couleur rouge change graduellement pour tirer vers le brun en raison de l'oxydation qui transforme l'oxymyoglobine en un pigment brun (metmyoglobine). La seule méthode connue permettant de limiter ce phénomène est de la stocker à une température de l'ordre de - 60° C.

CONGELER OU NE PAS CONGELER ?

Légumes et crudités

En raison de leur forte teneur en eau, la plupart des crudités perdent leur rigidité après décongélation. Pour les fruits c'est la même chose, pastèque et melon en tête, suivis de près par le concombre et la tomate. Carottes, céleris ou brocolis peuvent néanmoins être congelés après avoir été blanchis.

Sur certains légumes verts, on remarque l'apparition de saveurs désagréables par oxydation, avec un goût de « foin ». Une des solutions est l'ajout d'antioxydant tel que l'acide ascorbique (vitamine C) pour limiter le phénomène.

Les pommes de terre crues, très riches en amidon, supportent mal le froid. Cependant, vous pouvez placer des plats à base de pomme de terre et autres tubercules au congélateur à condition qu'ils aient été cuits.

La viande

La viande est constituée d'eau à 70 % en moyenne. Lorsqu'elle est soumise à une température inférieure à 0 °C, des cristaux de glace vont se former et grossir lentement, détruisant les parois cellulaires. Lors de la décongélation, la viande perdra de l'eau, diminuant ses arômes et sa tendreté. Pour conserver sa saveur, privilégiez une congélation rapide. Par ailleurs, la croissance des cristaux pompe l'eau des fibres musculaires. La concentration en sels minéraux augmente donc à certains endroits, ce qui accélère les processus d'oxydation de la graisse, responsables du goût de rance.

Une congélation très rapide de morceaux de viande pas trop gros à très basse température (– 20 °C) donne des cristaux de glace de petite taille, ce qui limite ces effets néfastes.



Les plats cuisinés comme le karaage de poulet supportent bien la congélation.

Parasites et poissons crus

Dans les mers tempérées et froides de l'hémisphère nord, poissons et céphalopodes peuvent être infectés par des parasites. Certains, de la famille des Anisakidae, présentent un danger pour la santé du consommateur.
Selon les espèces et les lieux de capture, de 15 à 100 % des poissons sauvages de mer sont parasités. C'est le cas notamment du hareng, du maquereau, de la lotte, du flétan ou du merlu. Le chinchard et le cabillaud sont également souvent infectés.
Même au Japon, on recense de 2000 à 3000 cas d'anisakiase par année. En France, quatre cas ont été rapportés en juillet et août 2018 dans le département du Finistère.
Les formes symptomatiques de l'anisakiase font suite à l'ingestion de larves vivantes qui se fixent sur la paroi du tube digestif. Elles occasionnent des symptômes digestifs allant de manifestations pseudo-ulcéreuses à l'occlusion. Des allergies allant de l'urticaire au choc anaphylactique ont été également rapportées.
Le règlement CE/853/2004 du Parlement européen et du Conseil du 29 avril 2004 définit la lutte contre le parasitisme des produits de la pêche :
Il prône l'éviscération pratiquée dès que possible après la capture, le respect de la chaine du froid et un contrôle visuel de l'absence de parasites visibles.
Sachez enfin que les restaurants, notamment de sushis et sashimis, ont pour obligation avant de servir leur poisson cru, de lui faire subir un traitement de « congélation assainissante » pendant un minimum de 24 heures à température inférieure ou égale à -20°C ou pendant un minimum de 15 heures à une température inférieure ou égale à -35°C.


Congélation en mer pratiquée par Clearwater pour les précieuses hokkigai.

Quel système choisir ?

Il existe plusieurs méthodes de congélation. La plus classique est celle dite à « tunnels » qui utilise l'air pulsé comme fluide frigorifique intermédiaire. Celui-ci est refroidi à travers l'évaporateur de la machine frigorifique, pulsée sur le produit par un ventilateur. Elle est recommandée lorsqu'on est amené à congeler plusieurs types de produits, de forme et de taille différente.
Plus radicale, la technique industrielle de surgélation consiste à abaisser brutalement la température d'un aliment pour le refroidir à cœur. Nécessitant des procédés complexes et utilisant des températures comprises entre -30 et -50 °C, elle permet de préserver toute la saveur et la texture des produits, avec une sécurité sanitaire accrue. Pour les restaurateurs, cette surgélation doit être pratiquée à l'aide d'une cellule de refroidissement, seul système qui assure une descente très rapide de la température.
Une autre technique consiste à mettre le produit directement en contact avec une source de froid, (azote liquide ou le CO2 liquide) qui s'évapore au contact du produit. Ce système de congélation dit « cryogénique » a l'avantage d'être rapide et ne nécessite pas une installation frigorifique. Il permet une meilleure préservation des substances nutritives et des arômes. Toutefois, il est assez coûteux et réservé aux produits alimentaires à haute valeur marchande.

Les industriels qui vendent des produits congelés utilisent, eux aussi, des techniques particulières. Certains, comme le canadien Clearwater, congèlent directement leurs produits sur le bateau. Ainsi, les précieuses palourdes hokkigai et les noix de Saint-Jacques canadiennes sauvages proposées par Clearwater sont pêchées dans les eaux glaciales de l'Atlantique nord. Blanchies, décoquillées et individuellement congelées à bord, les palourdes hokkigai conservent parfaitement leur goût unique. Les noix de Saint-Jacques sont également décoquillées et individuellement congelées à bord dans l'heure qui suit leur capture et sont 100% naturelles.
Mais le top du top, en matière de congélation est un procédé japonais inventé à la fin des années 90 par Norio Awada et nommé CAS (Cell Alive System). Il s'agit de coupler le phénomène de congélation cryogénique avec un faible champ électromagnétique.
En France, seule Qwehli, une entreprise située à Lorient, utilise ce procédé. L'entreprise ne traite que des poissons de qualité, tout droit sortis de leurs bateaux de pêche. Le procédé n'utilise aucun additif. Cette technologie permet de figer dans le temps un produit ultra frais qui sort de l'eau et de le restituer quelques mois plus tard, voire quelques années, dans le même état de fraîcheur.

Et la décongélation ?

Dès qu'un aliment congelé entame le processus de décongélation, les micro-organismes en profitent pour se multiplier rapidement. La décongélation doit donc être faite avec le maximum de prudence. Tous les modes de décongélation possibles (froid entre 0° et 4°, cuisson ou simplement eau froide pour les crevettes) sont cités dans le règlement (CE) n°852/2004. Les denrées devront être conservées au maximum trois jours après la sortie du congélateur.

Le poisson

Les poissons qui supportent le mieux la congélation sont les poissons les plus gras comme le thon ou le saumon. Les différences entres poisson congelé puis décongelé et poisson frais sont surtout perceptibles lorsque le poisson est consommé cru. Certes, les sushiya ont l'obligation (voir encadré) de congeler pendant au moins 24h tout poisson destiné à être servi cru mais de nombreux chefs estiment qu'une inspection minutieuse associée à un respect strict de la chaine du froid suffit à éviter de servir un poisson contenant des parasites. Pour les poissons comme le maquereau, les Japonais ont l'habitude de les passer une heure au sel puis une heure au vinaigre afin d'éliminer tout risque… Crevettes, Saint-Jacques, poulpe, seiche et même oursin se congèlent très bien sans grande perte de saveur.

La chaine du froid :
un principe très encadré par la loi

La congélation stoppe la croissance microbienne mais virus et bactéries ne sont pas détruits. Seuls les parasites comme le tænia ou l'anisakiase sont anéantis. Il faut donc s'assurer d'avoir le matériel adéquat et respecter scrupuleusement les bonnes pratiques d'hygiène et de respect de la chaine du froid.
Entré en vigueur au 1er janvier 2006, le « Paquet hygiène » a pour objectif d'harmoniser le niveau de sécurité sanitaire en officialisant la responsabilité des professionnels et en optimisant les contrôles des autorités sanitaires.
Vous pouvez accéder à tous les textes importants du paquet Hygiène sur le site du ministère de l'agriculture : https://agriculture.gouv.fr/sites/minagri/files/paquet_hygiene_brochure.pdf
Si vous congelez, même occasionnellement, la réglementation vous impose uniquement une déclaration d'activité en tant que restaurateur, à l'intérieur de laquelle vous indiquerez cette activité éventuelle.

Les secrets de lame japonaise

Plus beaux, plus aiguisés, plus performants, les couteaux japonais ? Wasabi a mené l'enquête avec l'aide de la « couteaulogue » Marina Menini.



A quoi reconnaît-on un chef trois étoiles ? A ses prix stellaires, à sa liste d'attente, et aussi à sa collection de couteaux japonais ! Tout cuisinier (ou presque) qui se respecte ciselle désormais avec de fines lames tout droit venues du Pays du soleil levant. Question d'acier et de géométrie du fil. Car qui dit angle plus étroit, dit découpe plus performante et nette.

Pour nous éclairer, nous avons fait appel à Marina Menini, ancienne vendeuse de couteaux à Tokyo et aujourd'hui installée à Paris où elle donne des cours d'affûtage de couteaux japonais (voir encadré).

Pourquoi choisir un couteau traditionnel japonais ?

« Parce que le savoir-faire coutelier du Japon est unique au monde, s'extasie Marina Menini. La minutie de la main-d'œuvre locale est tout simplement époustouflante. Que ce soit pour fabriquer l'acier, le forger ou l'affûter, les Japonais sont à la pointe. » Ce savoir-faire viendrait-il de la tradition des katana, les fameux sabres de samouraï ? Selon notre spécialiste, il découlerait plutôt de la production d'outils agricoles en fer forgé très performants, le Japon ayant longtemps été un pays essentiellement agricole. Il faut au bas mot douze ans de pratique pour être considéré comme un coutelier convenable et, comme dans les autres arts traditionnels, les grands maîtres sont respectés comme de véritables demi-dieux.

En quoi les aciers traditionnellement utilisés pour fabriquer des couteaux au Japon se distinguent-ils ?

D'abord, ils sont très durs (aciers de carbone). Cette qualité d'acier alliée au savoir-faire des forgerons se traduit par une grande durabilité du fil. Non seulement les couteaux nippons traditionnels s'aiguisent mieux mais ils restent affûtés plus longtemps. La plupart des couteaux occidentaux, quant à eux, sont en acier résistant à l'oxydation. C'est certes plus pratique (pas besoin d'essuyer la lame soigneusement après chaque usage), mais ce type d'acier est aussi plus mou. Résultat : il s'aiguise moins finement et le fil s'émousse plus vite.



Le savoir-faire coutelier japonais est unique au monde.

Pourquoi y a-t-il des couteaux pour droitiers et gauchers au Japon ?
Les couteaux traditionnels japonais étant généralement aiguisés d'un seul côté, il existe des versions pour gauchers et droitiers.

Faut-il investir dans un honyaki, la rolls des couteaux japonais ?
Si on a de la patience et de l'argent, oui ! Pour que le nec plus ultra des couteaux japonais, composé d'une seule pièce d'acier carbone ultra dur, garde toute sa splendeur, il faut le bichonner. A savoir ? « L'aiguiser régulièrement, le nettoyer et bien le sécher après chaque utilisation. L'application de quelques gouttes d'huile de temps en temps peut aussi s'avérer utile pour prévenir la corrosion », ajoute Steven Shakleford, rédacteur en chef du magazine américain Blade et spécialiste mondial de katanas. Par ailleurs, le fil d'un honyaki étant extrêmement fin, il faut le protéger des chocs. Eh oui, les plus belles lames nipponnes demandent dévouement et passion. « Il faut un réel amour du métier, que n'ont pas tous les restaurateurs », résume Manu Letellier, directeur de The Sushi School. On peut facilement laisser plusieurs milliers d'euros dans ce chef-d'œuvre d'acier tout en sachant qu'on ne s'en servira pas forcément tous les jours…

Atelier des frères Ookawara à Tokyo.



Quel type de couteau traditionnel est le plus plébiscité par les chefs nippons ?
C'est sans conteste le kasumi, fabriqué en joignant un morceau de fer doux à un morceau d'acier au carbone. Après le forgeage, le martelage et le façonnage, l'acier au carbone devient le tranchant de la lame, tandis que la partie en fer plus souple devient le corps et le dos de la lame. A la clé : un fil diablement tranchant et durable, facile à affûter, mais bien moins onéreux qu'un honyaki. Les kasumi, tout comme les honyaki, se déclinent sous de multiples de formes. On y reviendra.

Marina Menini donne des cours d'affûtage aux pros comme aux amateurs/

Pourquoi un couteau qui coupe mieux, ça a une incidence sur le goût ?
Parce que, qui dit découpe ultra précise, dit meilleure sensation en bouche. « Un couteau japonais traditionnel donne une délicatesse et une pureté de la découpe sans égal. La chair de poisson glisse littéralement en bouche », s'enthousiasme Manu Letellier. La raison scientifique : mieux la lame est aiguisée, et moins les fibres de l'aliment sont écrasées. Ce qui a une incidence directe sur les propriétés organoleptiques du produit. « Au Japon, on dit que le poisson a le « goût de la coupe » », affirme Kyoshi Aiba, le chef sushi du Zen à Paris.

Faut-il se servir différemment d'un couteau japonais ?
Oui. Il faut apprendre à doser son élan, les couteaux traditionnels japonais étant souvent plus coupants. « Au Japon, c'est le poids du couteau qui va couper, le cuisinier n'applique presque pas de force », souligne Marina Menini. Un avantage de taille, surtout quand on souffre d'une tendinite, à l'instar de bon nombre de cuisiniers professionnels, victimes de « knife elbow », l'équivalent culinaire du tennis elbow !



Comment entretenir ses couteaux japonais ?

Peut-on les affûter à la meule, comme les couteaux occidentaux ? « Surtout pas ! prévient Marina Menini qui intervient notamment à l'école de cuisine d'Alain Ducasse. Les couteaux nippons ont une anatomie particulière, il faut les affûter avec une pierre à eau. » Ce savoir-faire de précision, notre spécialiste franco-nipponne le distille soit dans son atelier parisien près de la Gare de Lyon (infos sur www.domapress.com), soit directement dans les cuisines des chefs (50€ l'atelier de deux heures). Des cuisiniers de toute l'Europe sollicitent Marina, qui a travaillé chez Kama Asa à Tokyo. A l'époque, elle vendait plus de 1000 références de couteaux, autant dire qu'elle en connaît un rayon ! « Pour aiguiser un couteau, explique Marina, il me faut entre 15 minutes et une heure selon l'état de la lame. J'utilise plusieurs pierres, du grain le plus gros au plus fin. C'est un travail de précision qu'on ne pourra jamais obtenir en utilisant une meule occidentale ! De plus, on travaille à l'horizontale ce qui permet un meilleur contrôle de l'angle d'affutage et surtout : on ne chauffe pas la lame ce qui a une incidence directe sur la longévité du fil. »

Pourquoi y a-t-il autant de couteaux différents au Japon ?

« Parce la cuisine japonaise est très variée. Elle compte un grand nombre de techniques qui demandent chacune un couteau spécifique », explique Marina Menini. Il existe ainsi au Japon un couteau rien que pour couper du congre. Idem pour le fugu ou l'anguille, on trouve même des couteaux spécifiques pour les pastèques ou les nouilles ! Ceci dit, les principaux couteaux utilisés en cuisine nipponne se comptent au nombre de trois : le deba-bocho (couteau pour lever des filets avec une grande précision) ; l'usuba-bocho (couteau à légumes) et le yanagi-ba (couteau à sashimi). Sans oublier les couteaux universels à la japonaise, le gyuto (existe en différentes tailles) et le santoku (taille unique), qui rencontrent un énorme succès auprès des chefs occidentaux en ce moment (mais qu'on trouvera rarement dans un restaurant au Japon).

Avec quoi coupent les ménagères nipponnes ?

Surement pas avec un honyaki, beaucoup trop onéreux ! Quand une okasan (mère de famille) se met derrière les fourneaux, elle s'arme d'un santoku, un couteau à tout faire.

Pourquoi la plupart des restaurants de sushis en France optent pour la marque Global ?

Parce que c'est une des premières marques nipponnes à avoir investi le marché français. Résistants à l'oxydation et donc très faciles d'entretien, ces couteaux, plutôt chers, n'ont pourtant rien à voir avec des couteaux traditionnels japonais. Il s'agit d'une marque professionnelle conçue pour l'export, on la trouvera rarement dans un magasin pour professionnels au Japon. « La qualité de son acier n'arrive pas à la cheville des marques s'adressant aux chefs nippons. Si vous voulez





■■■ une bonne tenue à la coupe, passez votre chemin », met en garde Yanick Puig, un des rares forgerons-couteliers français à produire des tranchants à la japonaise (pour plus d'information : yanick-couteaux.com).

Que valent les lames en céramique ?
Ultra aiguisés, ils coupent à merveille, mais gare aux chutes et aux heurts. La céramique n'est pas aussi résistante que l'acier, et elle ne se répare pas. Mais surtout, elle ne s'affûte pas bien.

Un bon couteau traditionnel japonais, c'est forcément cher ?
Non. Selon Marina Menini, on trouve de petits couteaux de très bonne qualité dès 50€ au Japon. Pour un couteau type santoku, comptez à partir de 80€. Mais les prix peuvent vite s'envoler si on opte pour un honyaki forgé par un maître réputé. Certaines pièces atteignent plusieurs milliers d'euros.

Faut-il aller au Japon pour les acheter ?
Ce serait l'idéal. Car nulle part ailleurs on trouvera une offre aussi pléthorique. Les meilleures adresses, côté variété et qualité ? Les magasins Kama asa (vendeurs parlant français) et Kamata à Tokyo et Ichi Monji à Osaka. Mais tout le monde n'a pas le loisir de s'envoler au Japon. Faut-il pour autant acheter ses couteaux sur internet ? « Je le déconseille vivement aux novices, prévient notre experte. Un couteau, il faut le prendre en main, sentir son toucher, son poids, son équilibre. La première impression est très importante. Un couteau est un compagnon qu'on peut garder des heures dans la main, autant qu'il soit le plus agréable possible. Il en va de votre plaisir mais aussi de votre productivité », précise Marina Menini. La boutique Japanese knife Company*, fondée par Jay Patel, un passionné qui a passé plusieurs années au Japon à étudier les lames, propose un choix assez large aussi bien aux professionnels qu'aux amateurs. ■

***13 rue Cotte Paris 75012 et 3 Rue Paul Louis Courier, Paris 75007.**

Les vinaigres grands crus débarquent en France !

Le Japon compte environ 400 fabricants de vinaigres de riz dont seuls quelques uns produisent un vinaigre artisanal. Véritable chasseur de goûts, Olivier Derenne, patron de l'épicerie en ligne nishikidori.com nous explique la différence.

Par Olivier **DERENNE**

On ne le sait pas forcément mais pour faire du vinaigre de riz, il faut d'abord produire du saké (nihonshu).
Un tiers des fabricants de vinaigres, les plus gros, n'utilisent que 40g de riz par litre de vinaigre. Ces vinaigres correspondent à la demande des industriels et de la grande distribution. Les deux-tiers restants utilisent de 120 à 160g de riz maximum pour produire un litre de vinaigre de riz.
Parmi tous ces artisans, il en est un qui se démarque produisant, depuis quatre générations, le meilleur vinaigre de riz au monde. Il s'agit de Iio Jyozo à Miyazu, Préfecture de



La fabrication du vinaigre de riz traditionnel est la même que celle du saké.



Pressurage traditionnel.

Kyoto, fabricant de sakés et de vinaigres depuis 1893. Réputé pour ses vinaigres de riz et sakés, il utilise du riz qu'il cultive lui-même, en terrasses (méthode Tanada), à plus de 500 mètres d'altitude, sans utilisation de pesticide, au sein des districts de Tango et de Kyoto, et plus précisément au sommet des montagnes surplombant Miyazu. Il s'agit de la seule brasserie de vinaigre au Japon à gérer l'ensemble du processus de culture du riz, de brassage du saké et de brassage du vinaigre par elle-même.

Cette culture sans pesticide perdure depuis plus de 50 ans, et en culture propre depuis 2001. Les cultivateurs, sous contrat, sont vieillissants et les jeunes générations s'investissent peu dans ce type de culture soucieuse de la préservation des paysages et de l'environnement. La complexité des cultures en terrasses de type paddy est une difficulté supplémentaire.

Iio Jyozo confectionne à la main son propre malt de riz préservant les méthodes ancestrales garantes d'une qualité irréprochable et de saveurs et flaveurs inégalées. Ses maîtres brasseurs créent ensuite leur propre sumoto-moromi, la source du vinaigre.

La confection de ces vinaigres, exclusivement à base de riz nouveau (riz récolté la même année) se fait en utilisant une méthode traditionnelle appelée fermentation statique. Les bactéries acétiques sont cultivées en surface des réservoirs et sont laissées à fermenter lentement pendant 80 à 120 jours. Cette méthode fastidieuse requiert beaucoup de travail et d'intuition de la part des maîtres brasseurs, mais crée à la fois un vinaigre doux et richement aromatisé. La fermentation est suivie d'une maturation minimum de 8 mois afin d'affiner parfaitement le vinaigre. Pendant cette période, le vinaigre est transféré continuellement d'un réservoir à l'autre, ceci afin d'adoucir son goût. Nous vous présentons ci-dessous quelques uns des grands crus de vinaigres produits sur l'archipel.

Vinaigre de riz Fujisu Premium

Incontestablement le meilleur vinaigre de riz au monde ! Pour le fabriquer, Iio Jyozo utilise 320g de riz par litre de vinaigre. Préparé à partir de grains de riz blanchis à 50% ou moins, il présente la même délicatesse, la même richesse aromatique que le saké daiginjo. La fermentation dure un an au minimum et peut aller jusqu'à trois. Grâce à ce long processus, le vinaigre prend une jolie couleur ambrée et surprend par sa rondeur et sa richesse aromatique. Il sublime les légumes vinaigrés, les sushis et fait merveilles en vinaigrette ou en dressing. Bien entendu, la production n'a rien d'industriel : 230 tonnes par an, soit 0,1 % du marché japonais ! Ce vinaigre est réservé aux meilleures tables de l'archipel.



Olivier Derenne (Nishikidori Market) en visite chez Iyo Jyozo.



Vinaigre de riz junmai fujisu supérieur

Pour son vinaigre de riz standard, le Junmai Fujisu, Iio Jyozo utilise 200g de riz par litre de. La fermentation est longue, un an au minimum et peut aller jusqu'à trois ans.
Ce vinaigre surprend par sa faible astringence, son moelleux et sa sucrosité naturelle.



Vinaigre noir de riz genmai fuji

Comparé aux autres vinaigres noirs, le vinaigre noir de riz genmai a un goût plus doux. Plus riche en umami avec une saveur plus forte que le Fujisu Premium, c'est un vinaigre à boire et à cuisiner.
Il est fabriqué uniquement à partir de genmai, riz brun complet, et d'eau souterraine fraîche. Il est créé par fermentation statique, la méthode traditionnelle de brassage du vinaigre, suivie d'une longue période de maturation. Chaque 100 ml de vinaigre contient jusqu'à 1000 mg d'acides aminés naturels, nécessaires pour un corps sain. Il contient également des acides aminés essentiels, qui ne peuvent pas être créés dans notre corps, ce qui donne au vinaigre un bon équilibre très apprécié parmi tous les vinaigres noirs de riz genmai actuellement sur le marché.
Ce vinaigre de riz noir a un goût riche et malté. Il est conseillé pour la confection de vinaigrettes, pour relever les bouillons, pour relever les salades de légumes secs (lentilles, pois chiche, pois cassés) et pour réaliser vos plats et sauces aigre-doux.

Quelques autres vinaigres grands crus fabriqués selon les mêmes méthodes ancestrales

Vinaigre de figues

Akiyama San, le Maître de chais de Iio Jyozo, a créé un vinaigre d'exception élaboré exclusivement à base de figues fraîches cultivées au sein de la Préfecture de Kyoto. Huit mois de fermentation minimum sont nécessaires à la confection de ce pur nectar. La production est extrêmement limitée et ce vinaigre est réservé aux puristes, aux connaisseurs. Arborant une belle robe ambrée, il dégage de puissantes notes de figues fraîches mûres, une jolie sucrosité naturelle, des notes acides merveilleusement complexes et une bouche rappelant la feuille de vigne.
Exemples d'utilisations possibles : salades d'abats de volailles, foie de veau, côtes de veau ou de cochon (déglaçage et laquage en fin de cuisson), poêlées de pommes fruits, de poires ou de fraises…

Vinaigre rouge de patate douce beniimo

De la même façon que pour ses vinaigres de riz, le Maître de chais de Iio Jyozo commence par transformer l'ingrédient principal en saké puis en vinaigre. Il en va de même pour ce vinaigre de patate douce pourpre, dont le saké arbore une sublime couleur rouge rubis. Au nez et en bouche, on apprécie les notes de pomme de terre terreuse, la rondeur des superbes vinaigres de vin rouge.
Ce vinaigre contient beaucoup d'anthocyanine, un type de polyphénol (antioxydant) bénéfique pour la santé et dit-on, antivieillissement.
Ce vinaigre convient merveilleusement pour mariner filets de harengs, maquereaux, sardines… sans oublier les confections de vinaigrettes pour salades de pommes de terre.



VINAIGRE DE HARICOT DE SOJA NOIR

Les Maîtres vinaigriers de Iio Jyozo confectionnent ce vinaigre noir à partir de haricots noirs de soja de Tamba, les plus réputés et les plus rares au Japon, très plébiscités par les pâtissiers et confiseurs.

De la même façon que pour ses vinaigres de riz, le Maître de chais de Iio Jyozo commence par transformer l'ingrédient principale en saké puis en vinaigre. Il en va de même pour ce vinaigre de haricots de soja noir, dont le saké et le vinaigre fini arborent une sublime couleur café.

Ce vinaigre est extrêmement riche en acides aminés naturels (2892 mg pour 100 ml) bénéfiques pour la santé et la beauté !

Le nez et la bouche de ce vinaigre exhalent des notes café et notes boisées, avec un umami puissant.

Ce vinaigre aime la banane, les fruits rouges (myrtilles, mûres), les abats.

Tous ces vinaigres sont en vente sur le site nishikidori.com et à la boutique Nishikidori, 6 rue Villedo, Paris 75001.

A la base des vinaigres Iyo Jyozo, un riz cultivé en terrasses sans pesticides.



Les pickles, une autre façon d'appécier le vinaigre

Condiment sushusu au vinaigre de riz fuji, spécial sushi

Les condiments à base de vinaigre de riz pour assaisonner le riz à sushi sont essentiels pour un parfait ressenti gustatif. Equilibrés, ils magnifient le riz et la garniture pour un plaisir en bouche décuplé. L'acidité et le sucre doivent être équilibrés.

Elaboré à base du vinaigre de riz Junmai Fujisu Supérieur, ce condiment révèle un goût umami puissant. Ici aucun additif, aucun conservateur, juste des matières premières artisanales de très haute qualité.

Il est recommandé pour assaisonner le riz à sushi ou pour mariner les poissons gras (sardines, maquereau), les navets, les radis…

Condiment fuji pickles pour légumes et crudités

Au Japon, toute maîtresse de maison confectionne chaque semaine ses légumes marinés : concombre, aubergine, carotte, tomate, chou-fleur…

Le condiment Fuji pickles, élaboré à base du vinaigre de riz Junmai Fujisu Supérieur, permet de réaliser les légumes marinés de façon très simple et avec la garantie de les réussir à chaque fois. Il donne d'excellents résultats avec les cornichons, les choux-fleurs, les carottes mais aussi les aubergines, les tomates cerises…

En termes de dosage, pour 100g de légumes crus, ajouter 5 bonnes cuillères à soupe du condiment pickles, mettre le tout dans un sachet zippé puis refermer après avoir chassé l'air, puis placer au réfrigérateur pendant 3 heures.

Les légumes seront croquants et parfumés à souhait.

Ingrédients : vinaigre de riz, sucre, eau, sel, tomates séchées, épices (poivre noir et laurier), miel.

A conserver à l'abri de la lumière, de la chaleur

Condiment fuji sunomono

Les « sunomono » sont des plats de produits marinés au vinaigre, majoritairement des légumes ou des crudités.

Le condiment Fuji sunomono est élaboré à partir de vinaigre de riz Junmai Fujisu supérieur, de sauce soja et de mirin ce qui le prédestine à une utilisation idéale pour assaisonner les salades d'algues, de seiche crue, de poulpe, de coquillages et crustacés.

Il s'utilise tel un assaisonnement en laissant mariner quelques minutes avant de déguster. Quelques exemples d'utilisation : salades de coques, de moules, tartares de langoustines ou de crevettes, émincé d'ormeaux, lamelles de seiche crue ou de pieuvre, salades d'algues, kombu bouilli, filets crus de maquereaux ou de sardine…

Ingrédients : vinaigre de riz, eau, sauce soja blanche shirotamari (blé, sel, alcool de riz shochu), mirin (riz gluant, kôji de riz, alcool de riz shochu), sucre de canne, copeaux de bonite séchée katsuobushi, algue kombu.



*Délicieuses crèmes glacées enrobées d'une fine pâte de riz.**

FOOD DEX

En exclusivité chez Foodex

* Gluten free!